



Berne, le 12 décembre 2007

Instructions concernant les cours de sensibilisation aux problèmes du trafic routier (théorie de la circulation)

(conformément à l'art. 19a OAC¹ et aux art. 11, 24, al. 1, et 30, al. 1, OMCo²)

1 Exigences posées aux organisateurs de cours

11 Annonce des cours

Les moniteurs de conduite et les titulaires d'une autorisation d'exploiter une école de conduite qui entendent organiser des cours de sensibilisation aux problèmes du trafic routier l'annonceront par écrit à l'autorité cantonale de surveillance (Service des automobiles / Office de la circulation), en joignant des indications concernant :

- la salle de cours (adresse, nombre de places, équipement, etc.) ;
- le déroulement et le prix des cours ;
- les moyens didactiques utilisés (cf. chiffre 23) ;
- les moniteurs engagés.

12 Organisation des cours

L'organisateur tiendra un contrôle de la présence des participants aux cours (nom, prénom, date de naissance, date des blocs de cours suivis et visa du moniteur) et le conservera pendant trois ans. Le nombre d'élèves ne dépassera pas 12 par classe.

2 Exigences concernant le programme et le déroulement du cours ainsi que les moyens didactiques utilisés

21 Programme du cours

Il se fonde sur le programme-cadre figurant à l'annexe 2.

22 Déroulement du cours

Le cours de huit heures (art. 18, al. 4, OAC) est divisé en quatre blocs d'enseignement (doubles leçons). Il sera réparti sur quatre jours et débutera obligatoirement par le bloc 1. Les blocs 2 à 4 peuvent être suivis dans n'importe quel ordre.

23 Moyens didactiques

Il y a lieu d'utiliser essentiellement des transparents, des diapositives et de courtes séquences filmées. Le moniteur devra en outre disposer d'un manuel d'enseignement détaillé (« scénario » des différentes leçons). Une documentation illustrée appropriée, contenant des fiches de travail, sera remise à chaque élève. L'enseignement se fera exclusivement à l'aide de moyens didactiques approuvés par les cantons.

3 Participation au cours

31 Moment de la participation

Seules les titulaires du permis d'élève conducteur sont admis au cours (art. 18, al. 2, OAC). Les élèves motocyclistes le suivront parallèlement à la formation pratique de base obligatoire.

¹ Ordonnance réglant l'admission à la circulation routière (RS 741.51)

² Ordonnance sur les moniteurs de conduite (RO 2007 5023, RS 741.522)

32 Attestation de la fréquentation du cours

Le moniteur remettra à l'élève conducteur une attestation des blocs de formation suivis.

33 Validité de l'attestation

L'attestation est valable deux ans à compter de la date de la fin du cours.

4 **Contrôle qualité**

Dans le cadre de la surveillance qui leur incombe en la matière (art. 24, al. 1, OMCo), les cantons procéderont à un contrôle régulier de l'enseignement obligatoire pour en assurer la bonne qualité.

5 **Perfectionnement des moniteurs**

Le perfectionnement obligatoire est régi par l'art. 22 OMCo.

6 **Abrogation**

Les instructions de l'OFROU du 28 février 2003 concernant les cours de sensibilisation aux problèmes du trafic routier sont abrogées.

7 **Entrée en vigueur**

Les présentes instructions entrent en vigueur le 1^{er} janvier 2008.

Office fédéral des routes

Sig. Rudolf Dieterle

Rudolf Dieterle
Directeur

Annexe 1 : Exigences minimales posées en matière de salles de cours

Annexe 2 : Programme-cadre des cours de sensibilisation aux problèmes du trafic routier

Exigences minimales posées en matière de salles de cours

1. Installation et équipements des écoles de conduite

(Art. 11 OMCo)

Valeurs indicatives relatives aux dimensions de la salle de cours:

- place de travail pour un élève : 1 m²
- place de travail du moniteur, y compris l'espace nécessaire pour les moyens didactiques : 8 m²
- hauteur de la salle selon les prescriptions locales en matière de construction

2. Agencement de la salle de cours:

Les élèves doivent pouvoir suivre l'enseignement sans être gênés. La salle de cours ne doit pas servir d'habitation. Il faut veiller à ce qu'elle

- ait un accès indépendant et ne serve pas de passage ;
- soit protégée contre le bruit, la poussière et les odeurs ;
- puisse être bien éclairée et suffisamment aérée ;
- puisse être bien chauffée.

Une garde-robe offrant suffisamment de place doit être à disposition. En outre, un WC avec lavabo devra se trouver à proximité de la salle de cours. Chaque élève disposera d'un siège avec dossier ainsi que d'une surface suffisante pour écrire (table ou tablette rabattable fixée au siège). Lorsqu'une salle de cours fait partie d'un établissement public de restauration, elle en sera séparée et n'impliquera pas l'obligation de consommer.

3. Equipement / moyens didactiques / documentation:

- Tableau(x) mural(aux) représentant les signaux routiers et les marques ;
- Rétroprojecteur ou diaprojecteur avec surface de projection adéquate ;
- Ecran avec lecteur de cassettes vidéo/DVD ;
- Tableau noir usuel ou tableau émaillé blanc (pour feutres spéciaux) ou « flipchart » ;
- Matériel nécessaire à l'enseignement des règles de la circulation (diapositives, films, transparents ou table de circulation) ;
- Collection complète des textes législatifs en vigueur concernant la circulation routière, ainsi que les circulaires, directives et instructions touchant la formation et le perfectionnement des conducteurs et des moniteurs ;
- Matériel nécessaire pour les cours obligatoires de sensibilisation aux problèmes du trafic routier (cassettes vidéo, DVD, transparents ou diapositives, manuel du moniteur) ;
- Documentation et feuilles d'exercices à remettre aux personnes astreintes aux cours obligatoires.

En plus, pour la formation des élèves motocyclistes :

- Modèles en coupe et schémas, films didactiques, diapositives ou transparents représentant les principaux éléments des véhicules.

Programme-cadre des cours de sensibilisation aux problèmes du trafic routier

A. Théorie de la circulation - Apprentissage de la sécurité routière

Objectifs :

L'apprentissage de la sécurité routière a pour but d'initier les élèves aux rapports de causalité dans la circulation routière. Il leur permet ainsi

- de percevoir les situations typiques du trafic qui influent sur la circulation et qui se répètent fréquemment ;
- de développer une sensibilité particulière face aux dangers ;
- de former des modes de comportement adaptés à des situations analogues ;
- de développer leur sensibilité à percevoir et à interpréter les signes (indices) de danger.

Les élèves doivent apprendre

- à percevoir et à reconnaître les dangers - à les surmonter - et à les éviter !
(fourche analytique = évolution par étapes d'une situation critique) ;
- éviter les situations critiques.

Principe de l'apprentissage de la sécurité routière :

Un conducteur en forme et un véhicule en bon état de fonctionnement

1. Observation de la circulation / fonction des organes sensoriels

Objectif : Comprendre la fonction des organes sensoriels et les principes d'une observation axée sur la circulation ainsi que les corrélations entre la perception et la réaction, et savoir transposer ces connaissances dans la pratique.

Systèmes sensorimoteurs	<ul style="list-style-type: none"> - Système sensorimoteur naturel et système sensorimoteur du conducteur - Fonctions motrices: Connaître les corrélations entre la perception et la réaction - Comment les automatismes s'acquièrent-ils ?
Acuité visuelle	<ul style="list-style-type: none"> - L'œil - instrument d'optique et capteur d'informations
Vue	<ul style="list-style-type: none"> - L'œil - organe qui nous dirige - L'importance de la vue - Exigences auxquelles doit satisfaire la vue (cf. annexe 1 OAC) - Troubles visuels : origines, conséquences, mesures - Observation instinctive / Observer dans la circulation - Vision statique et dynamique / Prévoir - Vision centrale et périphérique - Vision stéréoscopique / Vision en profondeur - Champ visuel / Surface visible - Adaptation aux conditions d'éclairage - Vision crépusculaire et nocturne - Vision lors du passage de tunnels - Perception des couleurs
Filtre visuel	<ul style="list-style-type: none"> - Filtre visuel ordinaire et filtre visuel spécifique à la circulation routière
Regard	<ul style="list-style-type: none"> - Fixation du regard - Contrastes optiques - Observation multiple (balayage de la chaussée du regard) - Illusions d'optique
Développement de l'observation	<ul style="list-style-type: none"> - Observation par saccades - Observation du premier plan - Vision « en tunnel » - Vision accrochée (regard « bégayant »)
Techniques du regard	<ul style="list-style-type: none"> - Sur un tronçon libre et rectiligne - Dans les virages - Dans les passages étroits - Dans les intersections (changement de direction) - De nuit (croisement de véhicules éclairés) - Lors de manœuvres
Techniques d'observation	<ul style="list-style-type: none"> - Par les rétroviseurs (systématique d'observation) - Lors d'un changement de voie - En suivant un partenaire - Par des observations multiples - Par contact visuel direct

2. Environnement

Objectif : Connaître (= savoir) et reconnaître (= entraînement à la perception) les signes de l'environnement déterminants pour la circulation routière.

Les partenaires¹	<ul style="list-style-type: none"> - Entraînement au système AAI², fondé sur des situations et des exemples pratiques - Enumération des comportements caractéristiques des <ul style="list-style-type: none"> • Partenaires spéciaux (inhérents au véhicule) • Partenaires difficiles (inhérents à la personne) • Partenaires vulnérables³ (inhérents à la personne et/ou au véhicule)
Les routes	<ul style="list-style-type: none"> - Tracé et relief de la chaussée : Droite, courbe, dos d'âne, montée et descente, intersection, sortie d'autoroute, conduite de nuit avec l'éclairage, éblouissement dû au soleil ou à d'autres facteurs - Eléments latéraux (bords de la chaussée et cultures en bord de route) : Guidage optique intentionnel par des marques, des balises, des glissières, des barrières, etc., guidage involontaire par des cultures, des plantations, des clôtures, etc., nature du guidage optique intentionnel - Eléments de base (surface de la chaussée) : Largeur, pente / dévers, état du revêtement - Routes spéciales <ul style="list-style-type: none"> • Autoroutes et semi-autoroutes • Routes de montagne • Routes postales de montagne • Rues résidentielles • Routes à sens unique • Tunnels routiers - Rues désertes / Rues de quartier / Rues commerçantes
Les situations	<ul style="list-style-type: none"> - Saisons : aspects particuliers des 4 saisons⁴ - Conditions atmosphériques : Changement de temps, influence du foehn, de la pluie, du brouillard, de l'humidité, de la neige, du froid, du soleil, de la chaleur, du vent latéral, de la lune - Jours de la semaine⁵ <ul style="list-style-type: none"> • Fréquence des accidents selon le jour de la semaine, raisons • Fins de semaine, jours de marché, ouvertures nocturnes des magasins • Manifestations sportives • Vacances et jours fériés : les touristes en Suisse / véhicules étrangers en Suisse, autres pays - formation et lois différentes ; stress sur la route des vacances - Heures et moments particuliers de la journée⁶ <ul style="list-style-type: none"> • Entrée et sortie des écoles / jardins d'enfants • Trafic pendulaire • Heures de pointe • Moment où il y a le plus d'accidents, raisons

¹ Estimer et jauger les comportements caractéristiques ou spécifiques de nos différents partenaires dans la circulation

² Entraînement AAI: Age - Attention - Intention

³ Connaître en particulier les comportements caractéristiques des enfants et des personnes âgées.

⁴ Particularités des saisons en ce qui concerne la circulation routière ; difficultés et conséquences. Influences météorologiques

⁵ Conditions de trafic spécifiques à certains jours de la semaine

⁶ Heures critiques, etc.

3. Dynamique du trafic

Objectif : Savoir reconnaître les structures de base et les particularités des processus de déplacements et de déroulement de la circulation (conduire et circuler).

Etat du véhicule	<ul style="list-style-type: none"> - Sécurité de fonctionnement et sécurité routière (selon les modules B4, A4, C4)
Forces engendrées lors des mouvements d'un véhicule¹	<ul style="list-style-type: none"> - Lois de la physique appliquées à la conduite automobile: <ul style="list-style-type: none"> • Adhérence / engrènement • Charge par roue, modification statique et dynamique • Coefficient de frottement • Amortisseurs • Forces d'accélération et de freinage • Techniques d'accélération et de freinage • Force centrifuge • Guidage latéral (force centripète) • Séparation des facteurs de risques • Genre de construction du véhicule, centre de gravité • Tendances du véhicule: sur- ou sous-vireur, neutre • Chargement • Distance d'arrêt, hauteur de chute, énergie au point d'impact
Comportement dans le trafic	<ul style="list-style-type: none"> - Communication et signes - Signalisation de l'intention - Comportement clair <ul style="list-style-type: none"> • Choisir sa trajectoire en fonction de sa vitesse • Tenir sa droite • Utiliser judicieusement la chaussée • Se placer et se déplacer correctement
Déplacements dans le trafic	<ul style="list-style-type: none"> - Passer <ul style="list-style-type: none"> • Croiser • Devancer • Dépasser - Utiliser les espaces libres <ul style="list-style-type: none"> • Traverser • S'insérer dans la file • Obliquer à droite, obliquer à gauche • Changer de voie • Circuler dans les giratoires - S'intégrer dans le flux du trafic <ul style="list-style-type: none"> • Circuler en files parallèles / à la file • Eviter les bouchons • Circuler sur des routes rapides

¹ Lois de la physique appliquées à la conduite, types de résistance pendant la conduite, distance d'arrêt/vitesse résiduelle

4. Tactique de circulation

Objectifs : Connaître les règles qui permettent d'adopter un comportement réfléchi et responsable dans la circulation routière. Savoir conduire son véhicule de manière respectueuse de l'environnement et économe en énergie. Se préparer mentalement aux dangers et aux imprévus pouvant surgir dans la circulation routière, notamment en se représentant des situations et des réactions adéquates.

Capacité de conduire	<ul style="list-style-type: none"> - Etat physique et psychique - Rôle des émotions / distractions (y compris par les passagers) - Pression des horaires / stress - Fatigue / surmenage - Produits pharmaceutiques (cf. chapitre D) - Alcool (cf. chapitre D) - Stupéfiants (cf. chapitre D)
Comportement respectueux de l'environnement et économe en énergie	<ul style="list-style-type: none"> - Connaissances de base relatives aux conditions de l'environnement - Les facteurs nuisant à l'environnement: régime du moteur, bruit, consommation, résistance au roulement, à l'air, à la montée - Choix du moyen de transport - utilisation raisonnable du véhicule - Eliminer toute charge inutile - Bien planifier son itinéraire (tenir compte de l'environnement et de la consommation d'énergie) - Conduite régulière - Regarder loin et agir en conséquence - Choisir le rapport de vitesse et le régime adéquat - Ne pas faire tourner inutilement le moteur - Eviter tout départ sur les chapeaux de roues et tout freinage brusque - Faire contrôler régulièrement le réglage du moteur par un spécialiste
Règle de base de la conduite défensive	Jamais ce qui est interdit - Toujours ce qui est recommandé - Parfois s'abstenir de faire ce qui serait permis

Les 10 règles tactiques d'une conduite sûre

- | | |
|--|---|
| 1. Tenir ses distances
<i>respecter</i> | Ne pas s'approcher inutilement du véhicule précédant. |
| 2. Prendre de la distance
<i>se distancer</i> | Ne pas rester inutilement près d'un autre véhicule |
| 3. Réfléchir avant d'exécuter une manœuvre
<i>s'isoler</i> | Si possible, manœuvrer à l'écart |
| 4. Indiquer clairement ses intentions
<i>démontrer</i> | Faire en sorte que le partenaire réalise ce qu'on va faire |
| 5. Tolérer les erreurs des autres
<i>tolérer</i> | Aider vaut mieux que réprimander. |
| 6. Rouler avec égards
<i>préparer</i> | Eviter de se trouver sur la trajectoire d'un autre. |
| 7. Etre visible
<i>contraster</i> | Veiller à se distinguer. |
| 8. S'attendre à des imprévus
<i>calculer</i> | Etre prêt à bien réagir aux erreurs des autres. |
| 9. Connaître ses limites
<i>planifier</i> | Planifier ses déplacements. |
| 10. Créer des réserves
<i>rationner</i> | Engager ses forces à bon escient tout en gardant des réserves |

Entraînement à la sécurité (réactions face aux dangers)

Préparation mentale

- *Etre psychiquement et physiquement prêt à freiner*
- *Le véhicule :*
éclatement d'un pneu ou du pare-brise
défaillance des phares - défaillance des freins
- *Les partenaires / les autres usagers de la route :*
enfants, personnes en état d'ébriété, animaux, etc.
véhicules circulant dans le mauvais sens
avions volant à faible altitude, véhicules à chenilles, etc
- *Les routes :*
chutes de pierres, falaises, nids de poules, taches d'huile, flaques d'eau, cassis, glace, obstacles,
etc. chute dans des eaux profondes
- *Les intempéries :*
foudre, grêle, pluie givrante, bancs de brouillard, bourrasques de vent, etc.

B. Devoirs en cas d'accident

Objectif : Connaître et savoir appliquer les règles de comportement, les mesures à prendre ainsi que les prescriptions.

1 Assurer la sécurité sur les lieux de l'accident

- Mesures de sécurité

2 Accidents ayant causé des dommages corporels

- Donner les premiers soins puis appeler les secours

3 Accidents n'ayant causé que des dommages matériels

- Avertir la (les) personne(s) lésée(s), respectivement la police

4 Constatation des faits

- Obligations et procédure à suivre

5 Accidents aux passages à niveau

- Avertir l'administration ferroviaire

C. Premiers secours

Objectif : Enumérer et savoir appliquer les mesures d'urgence (maintenir les fonctions vitales), les règles de comportement et les mesures auxiliaires (aider les personnes blessées).

- 1 Positionnement du blessé
- 2 Respiration artificielle
- 3 Arrêt d'une hémorragie
- 4 Autres mesures de secours
- 5 Transport des blessés

D Consommation d'alcool, de produits pharmaceutiques ou de stupéfiants ; dangers et conséquences

Objectif : Connaître les risques, les effets et les conséquences possibles de l'absorption d'alcool, de produits pharmaceutiques ou de stupéfiants : connaître les règles de comportement.

1 Alcool

Effets physiques et psychiques:

- Insuffisances organiques : diminution des facultés sensorielles, troubles de la compréhension et de l'attention, diminution de la coordination des mouvements et de l'habileté, dégradation des automatismes, influence sur le temps de réaction et la fiabilité des réactions
- Changement général de la personnalité : apathie, agressivité, absence de sens critique, surestimation de ses facultés, perte des facteurs inhibiteurs, somnolence

Effets sur la conduite d'un véhicule :

- Adaptation de la vitesse
- Maintien de la trajectoire
- Observation de la chaussée et de ses abords
- Maniement du véhicule
- Inobservation de règles de circulation

2 Produits pharmaceutiques

Effets sur la conduite d'un véhicule :

- Produits pharmaceutiques dont les effets secondaires provoquent notamment un ralentissement de l'assimilation des informations et une diminution de la rapidité de réaction : substances psychotropes ; substances contre les allergies et les maux de voyage (antihistaminiques) ; substances qui font baisser la tension artérielle (hypotenseurs) ; substances contre les courbatures, les douleurs vertébrales et les rhumatismes (relaxants musculaires), substances d'anesthésie locale et narcotiques ; somnifères (hypnotiques) ; tranquillisants (sédatifs).
- Produits pharmaceutiques dont les effets secondaires provoquent notamment la perte des facteurs inhibiteurs et l'augmentation du taux d'énergie : certaines substances psychotropes; substances qui stimulent et excitent (stimulants) ; substances contre les dépressions et la déprime générale (antidépresseurs) ; substances de réduction de poids (anorexigènes).
- Effets de longue durée et « séquelles » des produits pharmaceutiques (en particulier des narcotiques, des somnifères et des médicaments à effets retardés).
- Sources d'information concernant les effets secondaires que peuvent avoir certains produits pharmaceutiques dans la circulation routière, les risques et dangers engendrés par la combinaison de produits pharmaceutiques ainsi que l'importance d'un dosage correct.

3 Stupéfiants

Effets de stupéfiants tels que :

- Cannabis : effets momentanés, phénomène de récurrence (flash back ou effet de dépôt), effets retardés et effets de longue durée
- Opium, héroïne, drogues de synthèse (phencyclidine, amphétamine, ecstasy et autres): phénomène de récurrence (flash back ou effet de dépôt), effets retardés et effets de longue durée
- Cocaïne : effets instantanés, effets de longue durée
- Stupéfiants substitutifs (tels que la méthadone)

Réactions inhérentes au sevrage